

BIMBINGAN BELAJAR EFEKTIF UNTUK MENINGKATKAN KEBIASAAN BELAJAR PADA SISWA KELAS VII

Ignatius Gemilau Ragil Prasetya; Rachmat Djati Winarno, Praharesti Eriany
Magister Sains Psikologi Program Pasca Sarjana
Universitas Katolik Soegijapranata Semarang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan pengaruh layanan bimbingan belajar efektif terhadap kebiasaan belajar siswa kelas VII. Hipotesis yang digunakan adalah bimbingan belajar efektif dalam meningkatkan kebiasaan belajar siswa kelas VII. Populasi dalam penelitian ini siswa kelas VII. Sampel penelitian sebanyak 60 siswa dengan kriteria subjek rentan tidak naik kelas. Treatment yang diberikan berupa bimbingan belajar untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa, alat pengumpul data berupa skala kebiasaan belajar. Desain penelitian adalah post test only control group design. Dari hasil analisis diperoleh nilai $t = 8,521$, dan nilai probabilitas sebesar $0,000$ dan $\alpha = 0,01$, dengan demikian hasil perhitungan data penelitian signifikan. Maka hipotesis penelitian diterima yaitu bimbingan belajar efektif berpengaruh terhadap kebiasaan belajar siswa kelas VII.

Kata kunci : Bimbingan belajar efektif, Kebiasaan Belajar

Masalah perilaku individu dalam dunia pendidikan, khususnya mengenai kebiasaan belajar individu yang buruk tidak hanya terjadi di Indonesia. Permasalahan kebiasaan belajar siswa yang buruk ternyata juga menjadi keprihatinan bersama ditingkat internasional. Owen (2010,3), melaporkan dalam jurnal penelitiannya bahwa 59% pendidik tidak puas dengan kemampuan siswa dalam menyelesaikan tugas yang diberikan guru. Kelemahan utama para peserta didik antara lain: kurangnya pengetahuan umum, kesulitan menentukan pertanyaan penelitian, ketidakmampuan mengikuti proses belajar, mengolah informasi, dan kesulitan mengevaluasi masalah sehingga berimbas pada kebiasaan belajar siswa yang buruk. Permasalahan mengenai kebiasaan belajar siswa juga menjadi keprihatinan para pendidik dan orang tua di Indonesia. Dalam pengalamannya, dijumpai oleh peneliti kasus mengenai kebiasaan belajar siswa yang buruk di suatu lembaga pendidikan, secara khusus di

sekolah tingkat Sekolah Menengah Pertama Maria Mediatrix Semarang, Jawa Tengah, Indonesia. Hal itulah yang menggerakkan peneliti untuk mengangkat tema tentang kebiasaan belajar siswa kelas VII Sekolah Menengah Pertama. Faktor psikologi yang mempengaruhi prestasi belajar yang kurang baik dapat diatasi salah satunya dengan meningkatkan kebiasaan belajar siswa.

Pada kenyataannya, kebiasaan belajar yang dimiliki oleh siswa kelas VII SMP Maria Mediatrix Semarang masih belum sesuai dengan yang diharapkan atau dapat dikatakan masih belum membudaya. Hal ini dapat dilihat dari kebiasaan siswa, dalam kegiatan pembelajaran ditemukan adanya kebiasaan belajar yang kurang baik. Menurut Dimiyati dan Mudjiono (2009: 246) kebiasaan belajar yang kurang baik tersebut antara lain tidak menyiapkan materi saat menunggu kehadiran guru, tidak aktif dalam kegiatan pembelajaran, siswa mengerjakan pekerjaan rumah di sekolah, menyontek jawaban

teman, belajar pada akhir semester, belajar sambil melamun atau bermain, belajar tidak teratur, menyia-nyiaakan kesempatan belajar, bersekolah hanya untuk gengsi, datang terlambat, bergaya pemimpin, dan bergaya minta belas kasihan tanpa belajar. Untuk sebagian, kebiasaan belajar tersebut disebabkan oleh ketidakmertian siswa pada arti belajar bagi diri sendiri. Situasi kebiasaan belajar yang buruk tersebut dapat diperbaiki melalui bimbingan belajar.

Bimbingan belajar efektif adalah suatu bantuan yang diberikan pada siswa untuk mengatasi masalah-masalah dalam belajar sehingga mendapat hasil yang baik. Bidang bimbingan dan konseling dapat dilaksanakan melalui berbagai jenis layanan. Layanan bimbingan dan konseling meliputi layanan orientasi, layanan pembelajaran, layanan penempatan dan penyaluran, layanan konseling individu, layanan konseling kelompok, layanan bimbingan kelompok dan layanan informasi. Salah satu jenis layanan bimbingan dan konseling yang memungkinkan siswa mengembangkan diri berkenaan dengan sikap dan kebiasaan belajarnya adalah bimbingan belajar efektif. (Depdikbud, 1995:26). Penelitian ini bertujuan untuk membuktikan pengaruh layanan bimbingan belajar efektif terhadap kebiasaan belajar siswa kelas VII Sekolah Menengah Pertama. Penelitian ini memberikan manfaat membantu siswa meningkatkan kebiasaan belajar dengan bantuan layanan bimbingan belajar efektif.

HIPOTESIS

Bimbingan belajar efektif untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa kelas VII.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian *quasi-experiment*, yang bertujuan untuk menganalisis masalah penelitian yang terjadi pada kelompok yang diberikan intervensi. Pendekatan yang digunakan adalah *S tatic Group* karena tidak dilakukan randomisasi untuk membentuk kelompok eksperimen (KE) dan kelompok kontrol (KK). Desain penelitian ini *Post Test Only Control Group*. Dalam melakukan pengumpulan data pada penelitian ini digunakan alat ukur dengan skala kebiasaan belajar post

intervensi. Teknik pengujian validitas ini menggunakan teknik korelasi *product moment* dari Pearson. Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan teknik Alpha Cronbach. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini menggunakan uji t-test.

HASIL PENELITIAN

Pada penelitian ini, uji normalitas data menggunakan uji kolmogorov vs mirnov diperoleh nilai $Z=0,795$. Sedangkan nilai probabilitas sesudah intervensi $P=0,552$ $> \alpha=0,05$. Karena nilai Z dan P lebih besar dari $\alpha=0,05$ dapat disimpulkan bahwa sebaran data berdistribusi normal. Dari uji homogenitas dengan menggunakan uji F, diperoleh nilai F hitung sebesar 1,822. Dari hasil tersebut maka varian skor data kelompok treatment dan kelompok tergantung homogen pada taraf 95%. Sedangkan nilai signifikasinya, $p=0,182$ lebih besar dari $\alpha=0,05$, maka data tersebut dinyatakan variant dari dua variabel dalam penelitian ini homogen.

Berdasarkan uji normalitas di atas, dilanjutkan dengan uji t didapatkan nilai probabilitas $p=0,000$ lebih kecil dari $\alpha=0,01$. Dari perhitungan diperoleh nilai $t_{hitung}=8,521$. Maka dapat dikatakan data signifikan, terdapat perbedaan kebiasaan belajar pada taraf 95%. Dari perhitungan diperoleh nilai mean skor kelompok treatment sebesar 67,10, sedangkan nilai mean skor pada kelompok kontrol sebesar 56,83. Penelitian ini membuktikan teori bahwa dengan memberikan bimbingan belajar efektif dapat mempengaruhi kebiasaan belajar siswa. Dengan demikian hipotesis kerja Hayang menyatakan bimbingan belajar efektif untuk meningkatkan kebiasaan belajar siswa kelas VII, diterima. Uji t-test juga digunakan untuk mengetahui perbedaan antara skor kebiasaan belajar dari kelompok kontrol dan kelompok treatment. Dari perhitungan uji t, diperoleh nilai mean skor kelompok treatment sebesar 67,10, sedangkan nilai mean skor pada kelompok kontrol sebesar 56,83. Mengacu pada hasil perbandingan skor dari kedua kelompok tersebut maka diketahui bahwa bimbingan belajar efektif terbukti memberikan pengaruh terhadap kebiasaan belajar siswa kelas VII. Pengaruh terletak pada meningkatnya kebiasaan belajar siswa yang mengalami ketidak tuntasan nilai

lebih dari 4 mata pelajaran. Kelompok treatment mengalami peningkatan kebiasaan belajar. Tiga puluh siswa dari kelompok treatment yang mengalami rentan tidak naik kelas karena mempunyai empat nilai tidak tuntas dapat meningkatkan kebiasaan belajarnya karena menerima bimbingan belajar efektif.

DISKUSI

Berdasarkan hasil penelitian telah disajikan diketahui bimbingan belajar efektif dapat mempengaruhi kebiasaan belajarsiswa kelas VII. Bimbingan belajar efektif merupakan bantuan yang diberikan kepadasiswa supaya mereka mempunyai kebiasaan belajar yang baik. Bimbingan belajar efektif dimaksudkan untuk membentuk kebiasaan belajar sehingga individu dapat melakukan aktivitas belajar tanpa paksaan dari pihak luar, dengan kata lain belajar dengan kesadaran sendiri.

Dari hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa setelah diberikan bimbingan belajar efektif kebiasaan belajarsiswa kelas VII mengalami perubahan dan subjek dari kelas eksperimen mempunyai kebiasaan belajar yang lebih baik dibandingkan kelas kontrol. Hal ini cukup beralasan, karena kelas eksperimen mendapatkan perlakuan bimbingan belajar efektif yang dilakukan sebanyak delapan kali pertemuan, sedangkan kelompok kontrol tidak mendapatkan perlakuan dalam penelitian ini, dengan kata lain hanya sebagai kelompok pembanding. Hasil penelitian ini didukung oleh pendapat Archer (1989), kebiasaan belajar siswa tidaklah bersifat bawaan lahir melainkan didapat melalui latihan yang konsisten dan sengaja dilakukan melalui pembiasaan. Kizlik (2010), menyatakan bahwa kebiasaan belajar dapat ditingkatkan melalui bimbingan belajar dari guru.

Penelitian ini kurang memperhatikan faktor dari luar yang mempengaruhi kebiasaan belajar siswa. Bisa terjadi kebiasaan belajar siswa yang kurang efektif disebabkan karena guru yang kurang menarik saat mengajar, lingkungan kelas atau rumah yang tidak mendukung misalnya kelas sempit, panas dan pengap, serta fasilitas sekolah yang kurang menunjang. Dari 25 item kebiasaan belajar yang diberikan kepada siswa, ada 1 item yang masih belum bisa mengukur secara maksimal indikator pengelolaan waktu karena penelitian yang

dilakukan tidak berlangsung selama 1 semester penuh. Pada item tersebut siswa diberi pernyataan "saya menyusun jadwal selama satu semester".

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Ada perbedaan kebiasaan belajarsiswa dari peserta didik yang mendapatkan eksperimen dan peserta didik dari kelas kontrol. Dengan demikian bimbingan belajar efektif berpengaruh terhadap kebiasaan belajar siswa kelas VII.

Saran

Ada beberapa saran yang ditujukan kepada kepala sekolah, guru pembimbing, dan peserta didik SMP Maria Mediatrix Semarang tahun Pelajaran 2011/2012. Kepala sekolah dalam hal ini melalui wakil kepala sekolah bagian kurikulum supaya mengkoordinasikan kegiatan bimbingan belajar efektif dalam program sekolah untuk peserta didik yang mengalami ketidak tuntas nilai KKM lebih dari empat mata pelajaran karena mereka memiliki kebiasaan belajar buruk yang mengakibatkan rentan tidak naik kelas, sehingga menjadi satu kesatuan kurikulum yang terpadu, harmonis, dan dinamis. Guru Pembimbing untuk lebih mengintensifkan pemberian bimbingan belajar efektif kepada peserta didik yang mempunyai kebiasaan belajar yang buruk dan rentan tidak naik kelas, sehingga mereka mampu memahami dirinya sendiri dengan segala kelemahan dan kelebihannya, terutama berkaitan dengan kebiasaan belajar secara efektif dan efisien. Peserta didik khususnya yang mengalami masalah kebiasaan dan rentan tidak naik kelas disarankan untuk mengikuti bimbingan belajar efektif supaya peserta didik dapat mengubah kebiasaan belajar mereka yang buruk menjadi kebiasaan belajar yang lebih baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, dan Widodo, S. 1998, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta : CV. Raja Grafindo Persada.
- Abu, A. dan Supriyono, Widodo. 2004. *Psikologi Belajar*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Aluja, A. and Blanch, A., *Socialized Personality, Scholastic Aptitudes, Study Habits, and Academic Achievement: Exploring the Link Universitas de Lleida, Catalonia, Spain*
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek, edisi revisi V*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Crede, M. and Kuncel, N.R.. 2008, Study Habits, Skills, and Attitudes, The Third Pillar Supporting Collegiate Academic Performance, *Jurnal 1 University at Albany, SUNY*, and 2 University of Minnesota.
- Depdikbud. 1995. *Seri pemandu pelaksanaan bimbingan konseling di SLTP*. Jakarta.
- Djamarah Syaiful Bahri. 2008, *Rahasia Sukses Belajar*, Jakarta : Rineka Cipta.
- Gunarsa, Singgih D. 1995. *Psikologi perkembangan*. Jakarta: BPK Gunung Mulia.
- Holstein, Herman. 1986 , *Murid Belajar Mandiri*, Penerjemah Suparno, Bandung.
- Remaja Karya Nana Syaodih Sukmadinata. 2006, *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung : Rosdakarya
- Dr. Muhammad S., Dr. Muhammad Bashir, Dr. Muhammad Naemullah Khan, and Dr. Muhammad Saeed Khan. 2009, Study-orientation of high and low academic achievers at secondary level in Pakistan, *Educational Research and Review* Vol. 4, pp.204-207, April, 2009, Available online at <http://www.academicjournals.org/ERR> ISSN 1990-3839 © 2009 Academic Journals.
- Soekidjo, N. 2005. *Metodologi penelitian kesehatan edisi revisi*. Jakarta: Rineka Cipta
- _____. 2010. *Metodologi penelitian kesehatan edisi revisi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Ruben Gentry. 2012, Making college a success by assessing and navigating candidates' study habits, *Research in Higher Education Journal*, Making College a Success, Page 1, Jackson State University.
- Riwickdo, Handoko. (2009). *Statistik untuk penelitian kesehatan dengan aplikasi program R dan SPSS*. Yogyakarta: Pustaka Rihana.
- Sabri, L., & Hastono, P.S. (2009). *Statistik kesehatan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Slameto. 1998. *Belajar dan Faktor-faktor Yang Mempengaruhi*, Jakarta. Rineka Cipta
- Sarlito Wirawan Sarwono. 1982, *Pengantar Ilmu Psikologi*, Penerbit Bulan Bintang, Jakarta.
- Shabbir Ahmad Rana Rukhsana Kausar. 2006, *Comparison of Study Habits and Academic Performance of Pakistani British and White British Students*, GC University, Lahore Punjab University, Lahore.
- Sumarwiyah, 2009, Pengaruh Penerapan Layanan Bimbingan Belajar terhadap Kebiasaan Belajar dan Prestasi Belajar, *Jurnal Sosial dan Budaya*, Vol.2 No.2 Juni, ISSN : 1979-6889
- Sumadi Suryabrata. (1987), *Psikologi Pendidikan*, Penerbit Rajawali, Jakarta.
- Sugiyono. (2009). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Suparno, A. Suhaenah. (2001), *Membangun Kompetensi Belajar*, Jakarta : Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi
- Sukardi, Dewa ketut. (2000). *Bimbingan dan Konseling di Sekolah*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Syah, M. 2002. *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatan Baru*, Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Syaiful, B. (2002). *Psikologi belajar*. Jakarta ; PT. Rineka Cipta.
- Syamsudin Makmun. (2003), *Psikologi Pendidikan dengan Pendekatannya*, Bandung : Rosdakarya.
- Syah, Muhibin. (2003). *Psikologi belajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Tantowi, Ahmad. (2005), *Psikologi Pendidikan*. PT Angkasa Bandung
- Tu'u, s, Tulus. (2004). *Prilaku dan prestasi siswa*. Jakarta: Gramedia.
- Wasty Soemanto. (1984), *Psikologi Pendidikan*, Penerbit Aksara Baru, Jakarta.
- _____. (1987). *Psikologi Pengajaran*, Penerbit PT. Gramedia, Jakarta.
- Wentzel, K.R. 2010. Social Relationship and Motivational in Middle School: The Role of Parents, Teachers, and Peers. *Journal of Educational Psychology*.
- Winkel, W.S. (1996). *Psikologi pendidikan dan evaluasi belajar*. Surabaya: Gramedia.
- Witherington, Carl, 1985. *Psikologi Pendidikan*, Terj. Bukhori, Bandung: Jemmers.